



腿部溃疡

健康状况信息单
2019年5月发布

这是什么？

腿部溃疡是指腿部或脚踝上的伤口。伤口通常由受损静脉或功能不良的静脉引起，还可能因血栓、受伤或肥胖而引发。在血液循环差的老年人中更为常见。

腿部溃疡的症状是发展成伤口的皮疹，以及腿部肿胀和疼痛。腿部溃疡可以治疗，家庭医生会推荐最合适的治疗方法。

家庭医生现在会做些什么？

家庭医生将诊断腿部溃疡的类型，以便可以治疗。

家庭医生还将：

- 确定你这种类型的腿部溃疡的根本原因
- 讨论任何可能影响愈合的因素或风险
- 为你提供建议，促进愈合并预防感染，包括护肤产品和营养贴示
- 与你讨论有助于改善血液循环的适当运动
- 讨论药物和止痛

家庭医生将转介你去做一个简单的测试，称为踝肱血压指数测试。该测试有助于排除动脉疾病，即一种血液循环不良，以便你可以了解压力疗法是否对你来说是一个安全的选择。某些血源循环差的人不应该穿着压力袜。

如果你有动脉腿部溃疡，你可能需要看专科医生。手术和步行计划可能会帮助治疗动脉腿部溃疡。

如果发现腿部溃疡是糖尿病的一个并发症，也被称为糖尿病神经病变伤口，可能需要看专科医生治疗。治疗包括滑步机和特制的鞋子。

淋巴腿部溃疡可以通过按摩、运动、压力疗法和止痛来加以治疗。

家庭医生将来会做些什么？

家庭医生将继续监测你的腿部溃疡，并检查是否愈合良好。如果你的溃疡发生感染，你可能需要专科医生转诊。如果腿溃疡愈合不佳，家庭医生可能会进行更多的测试，以排除任何潜在的因素。如果你在家里需要支持或帮助，家庭医生可以将你转诊到社区伤口支持服务。

家庭医生将为你提供策略，以防止出现另一个腿部溃疡。

腿部溃疡风险因素

有许多因素可能会增加患腿部溃疡的风险

年龄 — 血液循环会随着年龄的增长而变差

静脉曲张

吸烟

动脉疾病

压疮 — 常见于卧床不起的人
某些健康状况，如糖尿病和关节炎

某些可能导致液体积聚和肿胀的药物

腿部溃疡

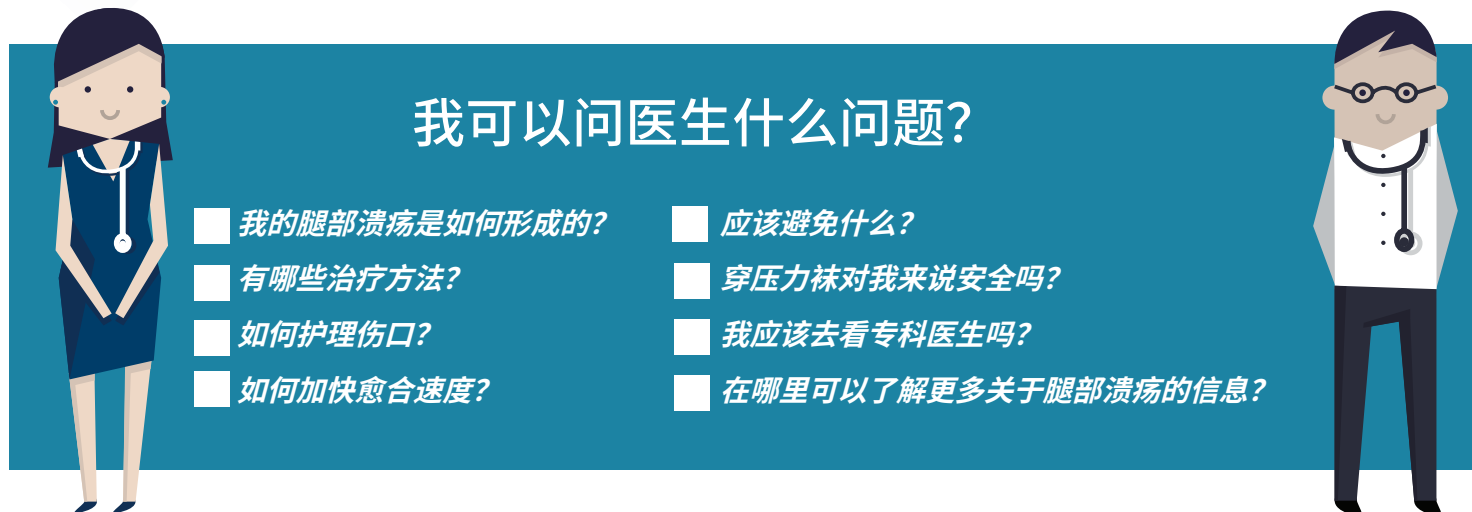
我能做些什么？

遵照家庭医生的医嘱进行适当的护肤理，这对伤口愈合至关重要。

更换包扎时要清洁伤口，保持伤口周围的皮肤健康清洁。与家庭医生讨论合适的保湿乳。

如果安全的话，可以尝试使用压力袜来防止复发。如果你不能穿压力袜，家庭医生会告诉你。

多活动，并定期通过挤压动作锻炼小腿肌肉，也有助于防止腿部溃疡。休息时，保持双腿抬起高于心脏的位置。



我可以问医生什么问题？

- 我的腿部溃疡是如何形成的？
- 应该避免什么？
- 有哪些治疗方法？
- 穿压力袜对我来说安全吗？
- 如何护理伤口？
- 我应该去看专科医生吗？
- 如何加快愈合速度？
- 在哪里可以了解更多关于腿部溃疡的信息？

都有哪些支持？

Liverpool医院伤口诊所

该诊所提供需要专科医生意见的复杂伤口的评估和治疗。如果需要，你的家庭医生将为你转诊。

社区伤口评估小组

这个本地专业护士团队可以帮助你本地社区健康中心或家中管理伤口。请向家庭医生咨询转诊事宜。

在哪里可以了解更多？

如果你想了解更多有关腿部溃疡的信息，以下资源可能提供帮助：

- AIMED蜂窝织炎 — 常规皮肤护理的重要性：aimed.net.au
- Patient.info — 腿部静脉性溃疡：patient.info
- 昆士兰州政府 — 营养和伤口愈合：health.qld.gov.au